


MENÚ INF / PRIMARIA

LYCEE FRANÇAIS MOLIÈRE - NOV. 2020

| Hc | Prot | lip | Kcal | Hc | Prot | lip | Kcal | Hc | Prot | lip | Kcal | Hc | Prot | lip | Kcal | Hc | Prot | lip | Kcal |
|---|-------|-------|--------|---|-------|-------|--------|---|-------|-------|--------|--|-------|-------|--------|--|-------|-------|--------|
| LUNDI/LUNES | | | | MARDI/MARTES | | | | MERCREDI/MIÉRCOLES | | | | JEUDI/JUEVES | | | | VENDEDI/VIERNES | | | |
| 2/11/20 | | | | 3/11/20 | | | | 4/11/20 | | | | 5/11/20 | | | | 6/11/20 | | | |
| FIESTA | | | | Crema calabaza | | | | Crema de verduras | | | | Macarrones Eco con tomate | | | | Guisantes salteados | | | |
|  | | | | Pizza margarita G: Lechuga / Pan Fruta variada / Fruits variés | | | | Salchichas frescas con tomate G: Pimientos rojos asados / Pan Fruta variada / Fruits variés | | | | Halibut empanado G: Zanahoria a dados / Pan Natillas/Fruta variada / Fruits variés | | | | Jamoncitos de pollo asados al limón G: Lechuga / Pan Fruta variada/Fruits Variés | | | |
| | | | | 42,98 | 14,23 | 22,2 | 460,50 | 68,93 | 38,24 | 26,84 | 654,32 | 98,55 | 59,24 | 46,81 | 755,87 | 70,93 | 41,24 | 36,84 | 745,3 |
| 9/11/20 | | | | 10/11/20 | | | | 11/11/20 | | | | 12/11/20 | | | | 13/11/20 | | | |
| Crema de zanahoria DIA VEGETARIANO Tortilla de patata G: Gajos de Tomate / Pan Fruta variada / Fruits variés | | | | Lentejas estofadas con verduras | | | | Spaguettis Eco con tomate | | | | Judías verdes con patata y sofrito casero de jamón | | | | Pure patata | | | |
| 38,88 | 17,2 | 22,23 | 435,75 | 52,42 | 32,35 | 26,78 | 611,03 | 69,83 | 33,19 | 21,44 | 641,92 | 35,07 | 27,51 | 19,2 | 455,28 | 31,2 | 35,4 | 39,2 | 450,45 |
| 16/11/20 | | | | 17/11/20 | | | | 18/11/20 | | | | 19/11/20 | | | | 20/11/20 | | | |
| Arroz con tomate | | | | Acelgas con patata y jamón | | | | Macarrones Eco con tomate | | | | Sopa maravilla | | | | Alubias blancas estofadas | | | |
| Hamburguesa mixta con salsa barbacoa G: Patatas fritas / Pan Fruta variada / Fruits variés | | | | Ternera a la plancha en salsa de zanahoria G: Verduritas / Pan Yogur/Fruta variada / Fruits variés | | | | Revuelto de jamón york y queso G: Gajos de Tomate / Pan Fruta Variada/ Fruits variés | | | | Jamoncitos de pollo asados G: Lechuga / Pan Fruta variada / Fruits variés | | | | Salmón al horno en salsa de mostaza G: Lechuga / Pan Fruta variada / Fruits variés | | | |
| 75,32 | 17,14 | 28,18 | 655,09 | 36,63 | 14,17 | 25,67 | 465,9 | 71,91 | 25,58 | 29,88 | 698 | 25,58 | 22,28 | 22,8 | 433,59 | 52,42 | 32,35 | 26,78 | 611,03 |
| 23/11/20 | | | | 24/11/20 | | | | 25/11/20 | | | | 26/11/20 | | | | 27/11/20 | | | |
| Judía verde con patata | | | | Sopa de Cocido | | | | Arroz con tomate | | | | Espirales con tomate y oregano | | | | Crema de verduras | | | |
| Estofado de pavo a la jardinera G: Verduritas / Pan Fruta variada / Fruits variés | | | | COCIDO COMPLETO Cocido (garbanzos, chorizo, carne, panceta) Yogur/ Fruta variada / Fruits variés | | | | Pechuga de pollo a la plancha G: Lechuga / Pan Fruta Variada / Fruits Variés | | | | Merluza a la romana G: Lechuga / Pan Fruta Variada / Fruits Variés | | | | Canelones de carne G: Zanahoria a dados Pan Fruta variada/ Fruits variés | | | |
| 35,07 | 23,01 | 44,65 | 542,28 | 25,66 | 26,95 | 24,31 | 460,8 | 61,32 | 19,78 | 30,88 | 640,09 | 28,06 | 15,14 | 46,67 | 374,24 | 38,88 | 14,23 | 19,23 | 416,50 |
| 30/11/20 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Crema de calabacín con costrones | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Tiras de pollo empanadas G: Lechuga / Pan Fruta variada / Fruits variés | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 36,63 | 14,17 | 25,67 | 465,9 | | | | | | | | | | | | | | | | |